

T-BONE DE VITA CU LEGUME LA GRATAR

🍴 Număr porții: 1

Ingrediente

- Vrabioara de vita - 250 Grame
- Ardei gras - 150 Grame
- Ciuperci champignon - 80 Grame
- Ceapa - 80 Grame
- Cartofi albi - 80 Grame
- Rosii - 100 Grame
- Dovlecel - 80 Grame
- Vinete - 80 Grame
- Ulei floarea soarelui - 30 Mililitri
- Sare de masa - 1 Gram

Instrucțiuni

T-BONE DE VITA CU LEGUME LA GRATAR

600 grame (T-bone vita, ardei gras, rosii, ciuperci champignon, ceapa, cartofi, dovlecel, vinete, ulei, sare)

ALERGENI: -

ADITIVI:

Macronutrienți Rețetă

Calorii	4476 kJ / 1069.72 kCal
Grăsimi	66.41 g
din care	
Saturate	2.94 g
Ne-Saturate	26.09 g
Carbohidrați	42.48 g
din care	
Zaharuri	16.24 g
Fibre	12.31 g
Proteine	75.33 g
Sare	1028.2 mg

Macronutrienți pentru 1 Porție

Calorii	4476 kJ / 1069.72 kCal
Grăsimi	66.41 g
din care	
Saturate	2.94 g
Ne-Saturate	26.09 g
Carbohidrați	42.48 g
din care	
Zaharuri	16.24 g
Fibre	12.31 g
Proteine	75.33 g
Sare	1028.2 mg